

5月給食予定表

<あか・き・みどりのたべものだいすき>

2021. 5. 1 子供の国保育園

日	曜	3才以上児食・未満児食		3歳未満児	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品
		主食・主菜・副菜	3時・土曜間食	10時間食	力がでる食べ物	おおきくなる食べ物	からだの調子を整える食べ物
1	土		牛乳 ビスケット				
6	木	ご飯 鶏肉のみそ炒め ごま和え すまし汁	ヨーグルト	牛乳 りんご	米、ごま	牛乳、鶏肉、豆腐	たまねぎ、キャベツ、もやし こまつな、えのきたけ、にんじん ねぎ、にら、にんにく
7	金	豆ご飯 アスパラの変り揚げ 干草和え 豆腐のみそ汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグル ルト	米、小麦粉	牛乳、豆腐、ちくわ ハム、卵	アスパラガス、たまねぎ ほうれんそう、えのきたけ、にんじん グリーンピース、ねぎ、わかめ
8	土		牛乳 ビスケット				
10	月	ご飯 サバのカレー焼き さつま芋サラダ 豆腐スープ	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 チーズ	米、さつまいも 小麦粉	牛乳、サバ、豆腐 鶏肉、チーズ	たまねぎ、きゅうり、コーン、こまつな にんじん、干しぶどう、ひじき
11	火	ご飯 鶏の変り衣揚げ 納豆サラダ わかめスープ	牛乳 チーズトースト	牛乳 ふかし芋	米、食パン 片栗粉	牛乳、鶏肉、納豆 チーズ、ツナ	たまねぎ、キャベツ、えのきたけ にんじん、きゅうり、ほうれんそう ごぼう、しょうが、わかめ
12	水	ご飯 チーズハンバーグ ボイル野菜 チャウダースープ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 バナナ	米、じゃがいも 小麦粉、米粉 パン粉	牛乳、豚肉、牛肉 卵、チーズ、ベーコン	たまねぎ、アスパラガス にんじん、しめじ
13	木	大山おこわ 鶏のさっぱり煮 酢の物 すまし汁 ゼリー	牛乳 お祝いケーキ	牛乳 りんご	もち米、ごま	牛乳、鶏肉、豆腐 豚肉、しらす	きゅうり、なめこ、たまねぎ、にんじん たけのこ、にんにく、さやえんどう 干しいたけ、わかめ、ねぎ、しょうが
14	金	ご飯 鯔の南蛮漬け きゅうりの昆布和え じゃが芋汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグル ルト	米、じゃがいも 小麦粉	牛乳、あじ	きゅうり、たまねぎ、ピーマン こまつな、にんじん、こんぶ
15	土		牛乳 ビスケット				
17	月	ご飯 鶏のみそ焼き きんぴらごぼう 若竹汁	牛乳 切干大根と ツナのおにぎり	牛乳 チーズ	米、ごま	牛乳、鶏肉、ツナ	にんじん、たまねぎ、ごぼう、たけのこ えのきたけ、切り干しだいこん にんにく、わかめ
18	火	ご飯 いわしのかば焼き ゆかり和え わかめ汁	牛乳 大学芋	牛乳 りんご	米、さつまいも 片栗粉、黒ごま	牛乳、いわし	たまねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、わかめ
19	水	カレーライス らっきょうサラダ 福神漬	牛乳 ラスク	牛乳 バナナ	じゃがいも 米、食パン	牛乳、豚肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、なし らっきょう、グリーンピース 切り干しだいこん、にんにく
20	木	ご飯 鮭のパン粉焼き 豆腐サラダ ニラ玉スープ	牛乳 ホットケーキ	牛乳 ふかし芋	米 ホットケーキ粉 パン粉、片栗粉	牛乳、さけ、卵、豆腐	たまねぎ、ブロッコリー、にら 赤ピーマン、黄ピーマン、にんにく
21	金	コロコロおにぎり 厚焼き卵 マカロニサラダ 豆腐スープ	りんごジュース おとっと	バナナヨーグル ルト	米、マカロニ	卵、豆腐、ツナ	たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう きゅうり、にんじん、あおのり
22	土		牛乳 ビスケット				
24	月	ご飯 タンドリーチキン ごぼうサラダ ミネストローネ	牛乳 もちもちチー ズパン	牛乳 チーズ	米、じゃがいも ホットケーキ粉 白玉粉、ごま	牛乳、鶏肉 ヨーグルト、ツナ チーズ、ベーコン	たまねぎ、トマト、にんじん、きゅうり ごぼう、コーン、セロリ ひじき、にんにく
25	火	ご飯 竹輪の磯辺揚げ にらと卵の炒め物 豚汁	牛乳 お好み焼き	牛乳 ふかし芋	米、さといも 小麦粉、ごま	牛乳、ちくわ、豆腐 卵、豚肉、かつお節	にら、キャベツ、だいこん、たまねぎ にんじん、ねぎ、ごぼう、あおのり
26	水	ご飯 プルコギ丼 ナムル わかめスープ	牛乳 ピザトースト	牛乳 バナナ	米、食パン、ごま	牛乳、豚肉、豆腐 チーズ、ベーコン	たまねぎ、もやし、にら、ごぼう、きゅうり えのきたけ、にんじん、ほうれんそう ピーマン、切り干しだいこん、わかめ
27	木	ご飯 鯖のさっぱり煮 豆腐のみそ汁 ほうれん草の磯辺和え	牛乳 あげパン	牛乳 りんご	米、ロールパン	牛乳、さば 豆腐、きな粉	もやし、ほうれんそう、たまねぎ ねぎ、焼きのり、にんにく しょうが、わかめ
28	金	ご飯 鶏しそ天ぷら アスパラおかか和え けんちん汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグル ルト	米、さといも 小麦粉	牛乳、鶏肉 豆腐、かつお節	だいこん、アスパラガス、きゅうり にんじん、ねぎ、しいたけ ごぼう、しそ
29	土		牛乳 ビスケット				
31	月	ご飯 鶏のマスタード焼き ポテトサラダ コーンスープ	牛乳 ナポリタン	牛乳 チーズ	米、じゃがいも スパゲティ	牛乳、鶏肉、卵 ハム、ベーコン	たまねぎ、コーン、きゅうり にんじん、ピーマン、パセリ

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。